

Kedves Betegünk!

Örülünk, hogy az állapota már engedi a hazatérést. A sürgősségi osztályon munkatársaink megvizsgálták, és ellátták Önt, hogy a légzése stabilizálódjon. A nehézlégzés azonban egy összetett tünet, amely a távozás után is fokozott figyelmet igényel.

Kérjük, hallgassa meg a legfontosabb teendőket a következő napokra.

□ Hogyan segítse a légzését otthon?

- Pihenjen sokat: Most a legfontosabb a szervezet kímélése. Kerülje a nehéz fizikai munkát, a cipekedést és a lépcsőzést.
- Megemelt felsőtest: Alvásnál vagy pihenésnél használjon több párnát. Ha a felsőteste magasabban van, a tüdeje könnyebben tud tágujni, így kevesebb energiába telik a légzés.
- Friss levegő, de óvatosan: Szellőztessen gyakran, de kerülje az erős illatokat, füstöt vagy a túl hideg levegőt, mert ezek irritálhatják a légutakat.
- Folyadékpótlás: Igyon elegendő vizet, mert ez segít abban, hogy a légutakban lévő váladék hígabb maradjon és könnyebben felköhöghető legyen.

□ Gyógyszerek és eszközök

- Pontosság: Csak azokat a gyógyszereket szedje, amiket a zárójelentésben előírtunk.
- Inhalátorok: Ha kapott „pipát” vagy belégzőkészüléket, használja pontosan a tanult technikával. Ha bizonytalan a használatában, kérdezze meg háziorvosát vagy a gyógyszerészt.
- Antibiotikum: Ha fertőzés miatt kapott gyógyszert, akkor is szedje végig a kúrát, ha már sokkal jobban érzi magát!

☞ A gyógyulás útja a kórház után

A sürgősségi ellátás a hirtelen bajt hárította el, a teljes felépüléshez szakorvosi kontrollra van

szükség.

1. Háziorvos: 1-2 munkanapon belül jelentkezzen nála a zárójelentéssel. Ő fogja követni az állapotát és szükség esetén módosítani a terápiát.
2. Szakrendelés: Ha tüdőgyógyászati vagy kardiológiai kontrollt javasoltunk, ne halogassa az időpontkérést! A nehézlégzés okát (legyen az asztma, COPD vagy szívprobléma) hosszú távon szakorvosnak kell gondoznia.

Mikor kell azonnal mentőt hívni (112)?

Bár állapota most stabil, ha az alábbiakat tapasztalja, ne várjon:

Ha nyugalomban is fullad, vagy már nem tud folyamatosan beszélni a légszomjtól.

Ha a nehézlégzés mellé mellkasi fájdalom, szorítás vagy hányinger társul.

Ha az ajkai vagy a körmei elkékekülnek, elszürkülnek.

Ha hirtelen zavarttá válik, vagy úgy érzi, el fog ájulni.

Ha az alsó végtagjai hirtelen fájdalmasan megduzzadnak.

Vigyázzon magára, és vegye komolyan a szervezete jelzéseit!

[Vissza az előző oldalra](#)

[Vissza a tünetekhez](#)

[Főoldal](#)

[Nyomtatás](#)